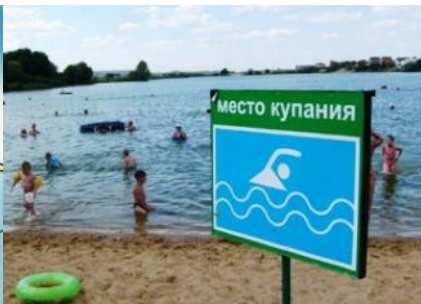




Правила безопасности на водных объектах в купальный период



! На пляжах и других местах массового отдыха запрещается:

Купаться в необорудованных, незнакомых местах.

Распивать спиртные напитки, купаться в состоянии алкогольного опьянения.

Загрязнять и засорять водные объекты.

Оставлять мусор на берегу.

Подплывать к моторным, парусным судам, весельным лодкам и другим плавсредствам.

Прыгать в воду с катеров, лодок, а также сооружений, не приспособленных для этих целей.

Приходить с собаками и другими животными.

Играть с мячом и в спортивные игры в не отведенных для этого местах, нырять в воду с захватом купающихся.

Плывать на средствах, не предназначенных для этого.

Подавать крики ложной тревоги.

Основными причинами гибели людей на воде является грубое нарушение правил безопасного поведения на воде!

! Чтобы обезопасить себя и своих близких, необходимо помнить, что:

- дети у водоёмов должны находиться под постоянным присмотром взрослых;

- умение хорошо плавать - одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде;

- купаться разрешается при температуре воды не ниже +18 градусов и температуре воздуха +20-22 градуса, в воде следует находиться 10-15 минут, перед заплывом необходимо предварительно обтереть тело водой;

- одной из главных причин гибели на воде является судорога - эту реакцию организма вызывает резкий перепад температур, поэтому особенно опасно купаться в жару либо после физических нагрузок;

- нельзя купаться в одиночку, рядом с вами всегда должен быть кто-нибудь, чтобы в случае необходимости оказать помощь;

- в походах место для купания нужно выбирать там, где чистая вода, ровное песчаное или гравийное дно, небольшая глубина (до 2м);

- опасно прыгать (нырять) в воду в неизвестном месте - можно удариться головой о грунт, корягу и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.

Нарушение правил купания и плавания ведет к несчастным случаям, к гибели на воде!

1. Первое купание нужно начинать в безветренную солнечную погоду при температуре воды 18°-20°. В воде не следует оставаться более 1-5 минут. Длительность времени последующих купаний можно доводить до 15 минут.

2. Купаться рекомендуется два раза в сутки – утром и вечером, в заведомо безопасных или специально отведенных для этого местах.

3. Вода в выбранном для купания месте должна быть прозрачной, дно чистым, без коряг, подводных камней, свай, водоворотов, ям, заструг и т.п.

4. Следует избегать купания в одиночку, так как в случае беды оказать помощь будет некому.

5. После приема солнечной ванны нельзя бросаться в воду сразу; купание можно начинать только после некоторого отдыха в тени или сделать обтирание холодной водой в области сердца.

6. Никогда не следует толкать кого-либо в воду, в особенности неожиданно, так как эта шалость может вызвать у людей, очень чувствительных к холодной воде, шок со смертельным исходом.

7. Никогда не следует подплывать к водоворотам - это самая большая опасность на воде.

8. Нырять можно лишь в местах, специально для этого отведенных и оборудованных. Прыгать головой в воду с плавучих сооружений опасно, так как под водой могут быть опасные для жизни предметы.

9. Очень опасно купаться и плавать в пьяном виде. «Пьяный в воде – наполовину утопленник» – говорит мудрая народная пословица.

10. Большую опасность представляет собой купание и плавание с досками, бревнами, надутыми резиновыми автомобильными камерами и надувными средствами.

Оказание первой медицинской помощи утопающему

Правильное и своевременное оказание первой помощи пострадавшему зачастую является единственным шансом для него вернуться к жизни. Если волею случая спасателем оказались Вы, то прежде всего необходимо:

1. Вытащив пострадавшего из воды, очистить ему полость рта от посторонних предметов (тина, трава и т.д.).

2. Уложить пострадавшего на согнутое колено животом и лицом вниз и удалить воду, попавшую в легкие и трахею, путем многократного надавливания рукой на спину.

3. Следует помнить, что отсутствие дыхания в течение 1-2 минут может привести к смерти пострадавшего. Основным признаком остановки сердца являются отсутствие пульса, расширенные зрачки. В этом случае необходимо немедленно приступить к проведению искусственного дыхания “рот в рот” и непрямого массажа сердца: 4-5 резких надавливаний на грудную клетку и затем одно вдувание воздуха (16 вдуваний в минуту, 64-90 надавливаний) .

У пожилых людей надавливание щадящее, маленьким детям надавливание производить не ладонью, а пальцами.

Помните!

Жизнь пострадавшего целиком зависит от Вашего умения правильно и быстро оказать первую помощь!